

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
UCAPAN TERIMA KASIH	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR LAMPIRAN	vii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Rumusan Penelitian	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Struktur Organisasi	6

BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PEMIKIRAN DAN HIPOTESIS PENELITIAN

A. KAJIAN PUSTAKA	
1. Profil	7
2. Kondisi Fisik	7
3. Komponen-komponen Kondisi Fisik.	8
4. Gateball	15
5. Komponen Kondisi Fisik Pemain Gateball.	25
6. Penelitian Yang Relevan	27
B. KERANGKA BERFIKIR	28

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian	32
B. Partisipan	32
C. Populasi dan Sampel Penelitian	33
D. Prosedur Penelitian	34
E. Instrumen Penelitian	34
F. Analisis Data	38

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Latar Penelitian	43
B. Hasil Penelitian	43

Agus Wahab, 2019

PROFIL TINGKAT KEBUGARAN JASMANI PEMAIN GATEBALL KOTA BANDUNG

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

G. Diskusi Temuan.....	51
------------------------	----

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan	53
B. Saran.....	53

DAFTAR PUSTAKA	54
-----------------------------	-----------

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Tongkat Pemukul (Sumber: http://gateball.wordpress.com/equipment/tongkat-pemukul/).....	17
Gambar 2. Bola (Sumber: http://gateball.wordpress.com/-2/).....	17
Gambar 3. Gate (Sumber: http://gateball.wordpress.com/equipment/gate/) ...	18
Gambar 4. Pole (Sumber: http://gateball.wordpress.com/equipmentypole/)...	19
Gambar 5. Lapangan Gateball (Sumber: http://gateball.wordpress.com/equipment/lapangan)	19
Gambar 6. Time score (Sumber: http://gateball.wordpress.com/equipment/time score)	20
Gambar 7. Cara Bermain (Sumber: http://gateball.wordpress.com/cara-main/)	21
Gambar 8. Susunan Pemain (Sumber: http://gateball.wordpress.com/cara-main/)	21
Gambar 9. Pukulan Pertama (Sumber: http://gateball.wordpress.com/cara-main/)	22
Gambar 10. Out Ball (Sumber: http://gateball.wordpress.com/cara-main/)	22
Gambar 14. Sparking dan Out Ball (Sumber: http://gateball.wordpress.com/cara-main/)	24
Gambar 15. Gate Tsuka (Sumber: http://gateball.wordpress.com/cara-main/)	25
Gambar 16. Double Touch (Sumber: http://gateball.wordpress.com/cara-main/)	26
 Gambar 4.1 Perolehan Keseluruhan	47
Gambar 4.2 Perolehan Keseluruhan Bleep Test.....	47
Gambar 4.3 Endurance menggunakan <i>Push Up</i>	48
Gambar 4.5 Kelenturan menggunakan <i>Sit and Reach</i>	49
Gambar 4.7 Kelenturan menggunakan <i>Core Stability Test</i>	50
Gambar 4.8 Kelenturan menggunakan <i>Forward Medician Ball</i>	51

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Norma skala skor untuk tes statis fleksibilitas <i>Sit and Reach Usia 20 tahun keatas</i>	35
Tabel 3.2. Norma skala skor untuk tes lari <i>Bleep Test</i>	35
Tabel 3.5 Skor Push Up	36
Tabel 4.1 Rekapitulasi Pengumpulan Nilai Tes	44
Tabel 4.2 Hasil Analisis Nilai Rata-rata Tes Pemain GateBall Kota Bandung	44
Tabel 4.3. Hasil Analisis <i>Deskriptif Persentase</i> kondisi fisik pemain Gateball Kota Bandung	46
Tabel 4.4 Kekuatan otot menggunakan <i>Bleep testi</i>	47
Tabel 4.5 Kekuatan otot menggunakan <i>Push Up</i>	48
Tabel 4.6 kelenturan menggunakan <i>Sit and Reach</i>	49
Tabel 4.7 Keseimbangan menggunakan <i>Core Stability Test</i>	50
Tabel 4.8 Keseimbangan menggunakan <i>Forward Medician Ball</i>	51

DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Langkah-langkah Penelitian	33
--	----

DAFTAR LAMPIRAN-LAMPIRAN

- A. Surat Keputusan Departemen
- B. Surat Penelitian Departemen
- C. Surat Balasan dari sekolah
- D. Analisis Data
- E. Dokumentasi Pelaksanaan Penelitian
- F. Riwayat Hidup